文部科学省国際教育協力イニシアティブ

海外派遣隊員の家政分野に関する活動支援教材等の開発

2008年1月5日

日本女子大学　　佐々井　啓

1. 本プロジェクトの概要

- 家政分野の知識・技術の修得による生活の質の向上
- 4年間の活動成果を踏まえ、活動支援のための具体的な教材の開発
- 途上国の人々の生活の向上に緊要性の高い保健衛生、健康、環境等の内容の充実
- 参加型学習の指導過程の開発・提案
- 生活状況や現地情報を踏まえた活動事例集の作成

2. 今年度の活動・成果

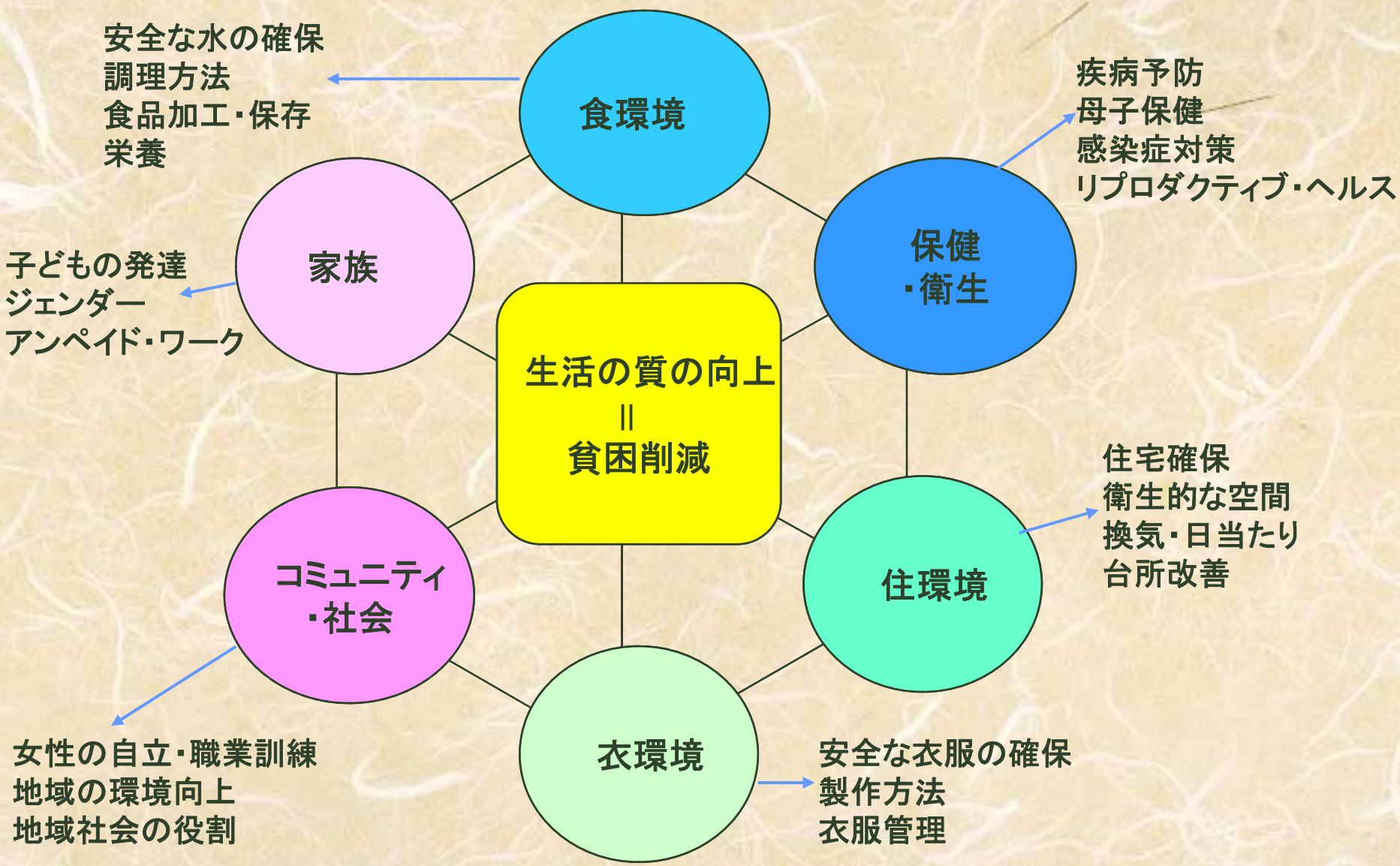
（1）生活状況調査

1）家政学の見地から「生活の質の向上」を基軸とした国際協力活動の分類表を作成

2）「生活の質」に関する調査表の作成

派遣中の隊員や帰国隊員に派遣先の生活状況についてのアンケート調査・ヒヤリングによる状況表の作成

1）「生活の質の向上」を基軸とした国際協力活動の分類



２)「生活の質」に関する調査表の作成

生活状況分類表

1）食環境

↓派遣地の普通の家庭の状況として、当てはまるものに〇をつけてください（複数回答可）

	指標名	状況	分類	特徴・問題点
1	飲料水の確保	ア	ミネラルウオーターピュアウオーター	
		イ	水道水が常に確保	家庭で自由に調達できる
		ウ	水道水をためて主にその水を使用ピュアウオータ	共同の水道から汲んで使用するなど
		エ	共同の水くみ場・」井戸などに汲みに行く	飲料水が村の特定の場所で供給できる
		オ	雨水・ため池・共同の水をためる	雨水・川や池の水を使用する
		カ	池，川	洗浄用としてのみ使用可能
2	台所①コンロ・かまど	ア	コンロ	
		イ	かまど	
		ウ	金属の台に載せる	金属製の輪に三つの脚を付けたもの、五徳
		エ	石の台に載せる	石に2本の鉄棒をおいたものも含む
3	台所②排煙	ア	かまどから接続する排煙道を設けている	
		イ	開口部や壁の隙間などによる自然換気で排煙	
4	台所③配置	ア	母屋に調理のための部屋がある	
		イ	母屋の土間に調理場所がある	
		ウ	別棟に調理のための場所がある	
		エ	屋外で調理	
5	熱源	ア	電気	
		イ	ガス	
		ウ	石油・ケロシン	
		エ	練炭・炭・石炭	
		オ	枯れ木・薪・牛の糞	
6	食材料の確保	ア	食材料は自由に購入できる	作り手の知識次第で自由に料理ができる
		イ	一部の食材料（肉など）が高価で購入が困難	
		ウ	一部足りない食材料がある	特定の栄養素が補給しにくい
		エ	食材料は自分で調達	作物をつくり、家畜を飼う
		オ	食材料に乏しい	作物は育たず、家畜も飼えない
		カ	何もしない	物資の支給を待つ

3） 住環境

	指標名	状況	分　　類
1	トイレ	ア	電気・水により糞尿が処理される
		イ	溜めた糞尿を回収する
		ウ	排泄後に水を用いて流し、糞尿は排水溝を通じて便槽に溜められる
		エ	地面に30cmほどの浅い溝を掘る
		オ	囲いの中に穴をあけ、外に流す
		カ	決まった場所がなく、屋外で排泄し、放置する
2	風呂①配置	ア	各家庭　母屋の中
		イ	各家庭　母屋から分離
		ウ	各家庭で井戸端や水がめでの沐浴
		エ	共同浴場
		オ	川や湖で沐浴

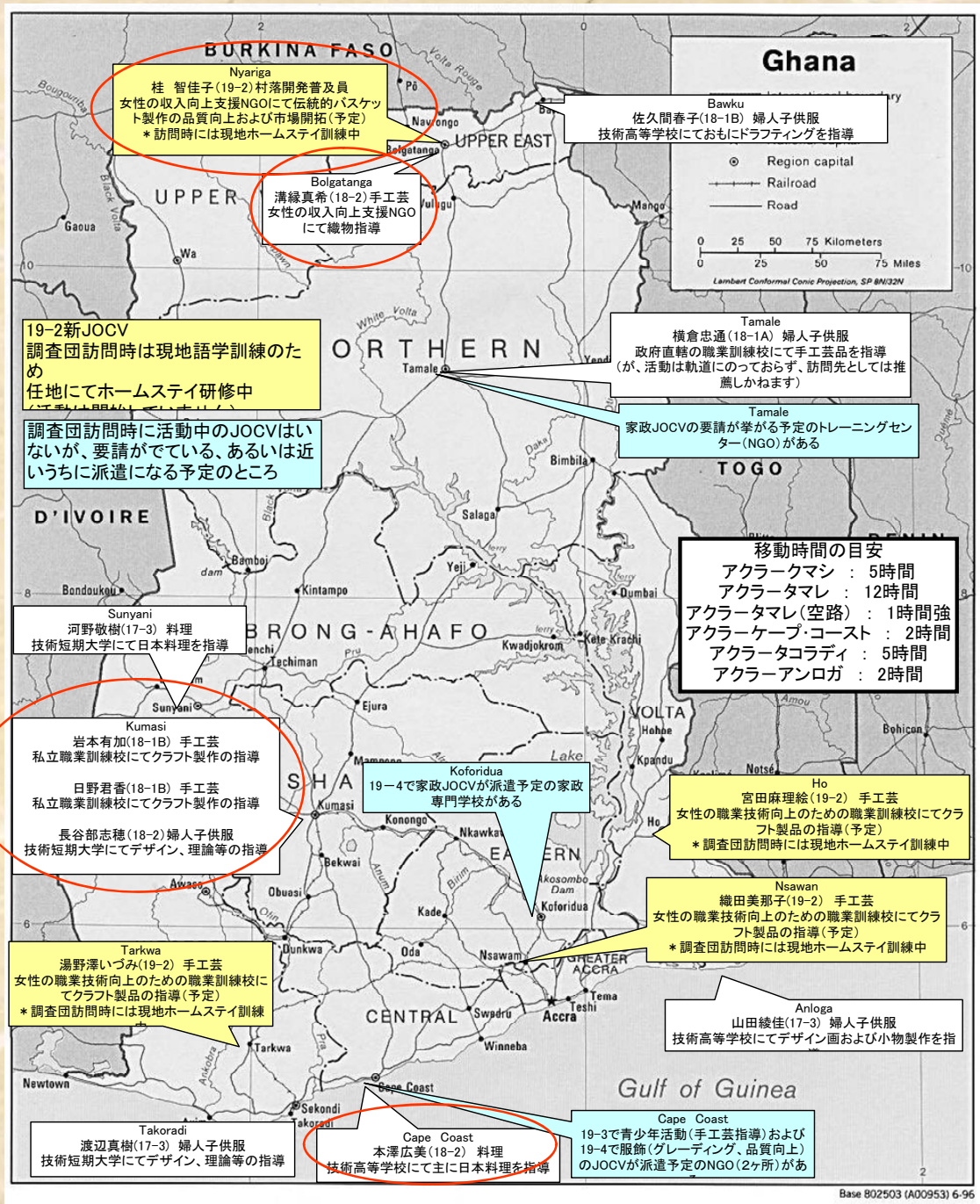
5)コミュニティ・社会

	指標名	状況	分類
1	ごみ処理	ア	分別回収後に、持続可能な処理が行われている
		イ	ごみの分別回収をしている
		ウ	ビニールなどの化学製品のごみ処理がなされていない
		エ	伝統的な循環型の生活をしている
2	女性の収入獲得	ア	女性が収穫・製作した販売品に付加価値をつける知識や技術を訓練する組織がある
		イ	女性が収穫・製作した販売品に付加価値をつける知識や技術を訓練する組織がない
3	店舗・販売所	ア	コニュニティ内に小さな店舗・販売所が複数ある。又は大きな店舗・販売所がある
		イ	コニュニティ内に小さな店舗・販売所が1～2か所ある
		ウ	コミュニティ内に店舗・販売所がない
4	コミュニティ活動	ア	集会所などの活動拠点がある
		イ	集会所などの活動拠点がない

（２） 現地調査

- 現地の生活状況の把握
- 派遣隊員の活動の視察およびヒヤリング
- 現地での教材・事例集の活用とその有効性の確認・改善
- 現地の衣食住・衛生・環境の調査

ガーナ共和国
ボランティア
（家政関連）



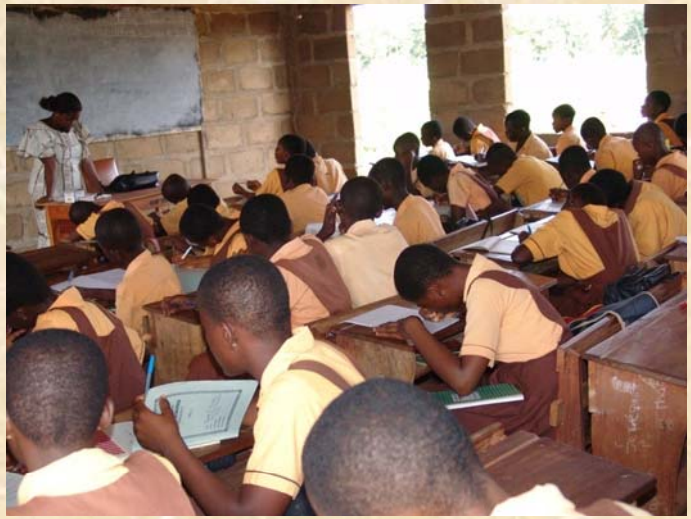
１)小・中・高・短期大学などの教育機関

① Northern州　Tamare

Dahin　Sheli公立幼稚園・小学校

中学校　2007年10月16日見学

中学生の授業風景



1年生のケータリングの授業

とうもろこしの収穫

サッカー

技術短期大学

②Northern州　Kumashi

Kumasi　Polytechnic

2007年10月17日見学

被服科の授業見学

家政隊員長谷部さんの3年生
デザイン指導の授業を見学

1年生は基礎縫い

2年生は婦人服パターン実習

ケータリング実習

伝統的な料理フーフーを作る

炭によるコンロでシチュー作り

私立技術専門高校　Northern州　Kumashi

2007年10月17日見学

③ Opoku Ware Vocational Inst.

④ Ramseyer Vocational Inst.

派遣隊員岩本さんに聞く

技術短期大学

⑤ Cape Coast Technical Institute

2007年10月18日見学

派遣隊員本澤さんに聞く

先生のデモストレーションに注目

伝統的な染物を
利用した小物

２）地域の職業訓練・環境支援施設

①　ニャリガ　手工芸協会

ボルガバスケットの制作・販売

ガーナ最北の州にある村

2007年10月15日

② ボルガタンガ　未亡人・孤児を支援する会

籠編み・織物・手工芸による自立支援

③ガーナ家族基金ケープコーストクリニック

2007年10月18日

派遣隊員：コミュニティの中のクリニックで、アドバイスや応急手当、無料血圧診断会

３）コミュニティと環境

ビニールなどのゴミの
ポイ捨てによる町の
環境悪化

・マーケットで買い物
　　→黒いビニール袋
・ピュア・ウォーター
　　→ビニールパック

派遣隊員の分科会（本務とは別に活動）
→Ex. 村落分科会

ピュアウォーターのパックの再利用
バッグやエプロン

（３）今年度の成果

①　家政隊員への教材提供

- 家政分野隊員(被服)
  →家庭科ハンドブック・
  服飾系専門学校カリキュラム
  他の隊員の教材例
  簡単に出来る教材(手提げカバン等)
- 家政分野隊員(食物)
  →家庭科ハンドブック
  エイズ関連資料
  栄養教育資料(英語版)
  エプロンシアター（食物の消化・吸収）
  （体のしくみ・胎児の発育）

②他の分野の派遣隊員への家政分野の情報提供

- 村落開発普及員→　生活支援全般の情報・
  収入に結びつく作品づくり
  ジェンダー等の問題解決
- 理数科隊員→教材作り（身近なものを使って）
- PC隊員→環境問題からのリサイクル商品の
  開発
- 看護士　→　食生活情報・ジェンダーの問題

3. 今後の活動に向けて

現地調査に基づく生活状況・生活課題の集約
帰国隊員からの情報収集

派遣隊員が活用できる事例集の作成

- 生活状況の分類
- 地域別活動事例の提案
- 学校およびコミュニティにおける活動事例の提案

活動事例集（案）－１

肥満・生活習慣病の予防

１ページ

目的

背景

ポイント

解説

目的

肥満や生活習慣病を予防するため、野菜を摂取するための調理法を提供する

背景

家庭科や栄養学の知識が不足しているため、栄養素の偏りがみられる。とくに肥満や生活習慣病（糖尿病など）は、比較的多くの地域でみられる。

そこで、栄養素をバランスよく摂取するため、野菜の摂取を促すことは、即効性のある手段と考えられる。しかし、野菜（ピーマン・なす・トマトなど）は比較的どこでも入手しやすいようであるが、調理法が未熟な地域が多く、あまり調理されていない。そこで、簡単な調理道具で嗜好的にも満足される野菜料理の要望が多いことから、事例集にとりあげた。

ポイント

１、だれでも・どこでも簡単に作れる野菜の調理方法を解説する。
２、食中毒防止のために、なるべく生は使用しない。
３、煮込むだけなので、簡易的な鍋と熱源のみで作成できる。
４、やわらかいので、離乳食・病人食・高齢者食にも応用できる。

野菜は一例であり、どんな野菜にも適する調理法で、味つけは塩があれば良く、他に地元の香辛料を加えれば土地の味に馴染むものと考えられる。

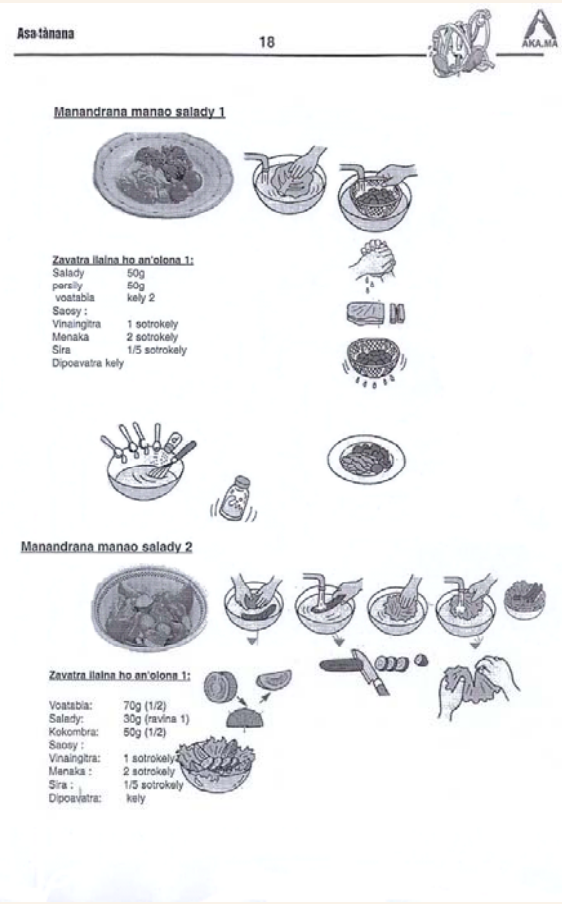
解説

マダガスカル隊員の中地さんは、野菜料理として簡単なサラダを取り上げている。しかし、野菜を洗う水が汚染されていると、食中毒の原因になりかねない。そこで、応用として、比較的どの地域にもあるが比較的食べにくい野菜としてあまり食されていない、なす、ピーマンを使用し、簡単な煮込み（野菜の汁のみで煮込むので、水が貴重な地域でも出来やすく、よく煮込めば食中毒の心配もない。また、やわらかくなるので、癖のある野菜も食べやすい。また、ソース、付け合せ、前菜にと幅広く利用できる地中海沿岸の調理法「ラタトゥイユ」を取り上げた。

２ページ

隊員報告書より

教材例：マダガスカル平成 16 年 2 次家政中地朋子隊員報告書 p18 より



3，4ページ　活動事例案

応用

Ratatouille
ラタトゥイユ

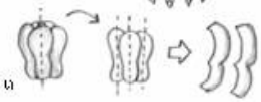
栄養価（1人分）
エネルギー 125Kcal
たんぱく質 2.7g
脂質 7.8g

材料と下ごしらえ

☆なす…250g　1cm の輪切り、水にさらす

☆トマト…400g　芯を取り湯につけ 3秒、冷水にとる→湯むき　種を取り荒切り

☆ピーマン…80g　種を取り 1cm 幅の短冊切り



☆たまねぎ…200g　0.5cm の薄切り

☆クールジェット…150g　縞に皮をむく　0.8cm の輪切り
（ズッキーニ）

☆食塩・こしょう…少量
☆オリーブオイル…30ml
☆ブーケガルニ

☆にんにく…1片　みじん切り

作り方

① 鍋に油を熱し，にんにくを炒める

② たまねぎ，なす，ピーマン，クールジェットを順に加えて炒める　中火：5～6分

③ トマトを加えて 5 分炒め

④ 食塩，こしょうで調味し，
ブーケガルニを加える

⑤ ふたをきっちりして弱火で 40 分煮込む（ときどきかきまぜる）

⑥ ふたをとり炒りの水分を蒸発させる
（なべ底に水分が残らないくらいに）

⑦ ブーケガルニをとりのぞく

※ 注意事項
皮のむき方，大きさは適宜，香辛料も土地のもので OK

活動事例集(案)－2

日常着の製作－エプロン

1ページ

目的
背景
ポイント
解説

目的：衣服の構成を理解する　上半身１　エプロン

背景：

ポイント：平面である布を立体的な身体に合わせるにはどうしたらいいか考えさせる

身体の大きさから必要な布の大きさを考える

（１）エプロンの構成

エプロンは上半身の前面を覆う布と、その布を体に固定する紐とで構成されているものが多い。

頭からかぶって着用する場合は首にかける紐を頭囲より長くすることが必要である。

（２）エプロンの製作

・簡単な上衣としてエプロンの製作をする。

手順は

１）型紙を布にあてて縫い代をとって裁断する。中央をわ（布の折り目）にあわせると左右対称になる。エプロン本体１枚と紐３本が最低限必要なパーツになる。

２)縫う線に印をつける。チャコペーパーとルレットを使えれば簡単だが、へらやチャコでつけることもできる。

３）紐を縫う。紐は布を縦に四つ折にして縫うか、中表にして縫ってひっくり返すのが一般的なつくり方。

４）エプロン本体の周囲を三つ折して縫う。

５）紐をつける。三つ折して縫う時縫い代にはさんで縫うとより丈夫に仕上がる。

応用例：

○　布の斜め方向（バイアス方向）を用いてドレープ性を出す。

○　使いやすい位置にポケットをつける。

○　古着の利用として、大きなシャツを解体して構成を知り、それをエプロンにする。

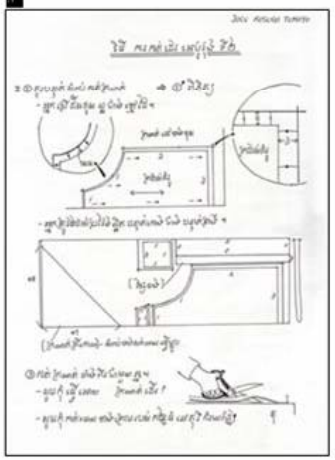
○　これを着て調理実習をする。

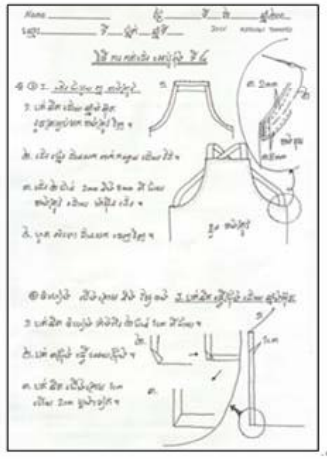
2ページ

隊員報告書より

16年度１次隊・カンボジア（家政）
小杉智代

教材例　エプロンの作成





ポイント

・型紙をどう置くと効率よく布が使えるか（この教材では三角巾も一緒にとることができる）

・縫い代の取り方

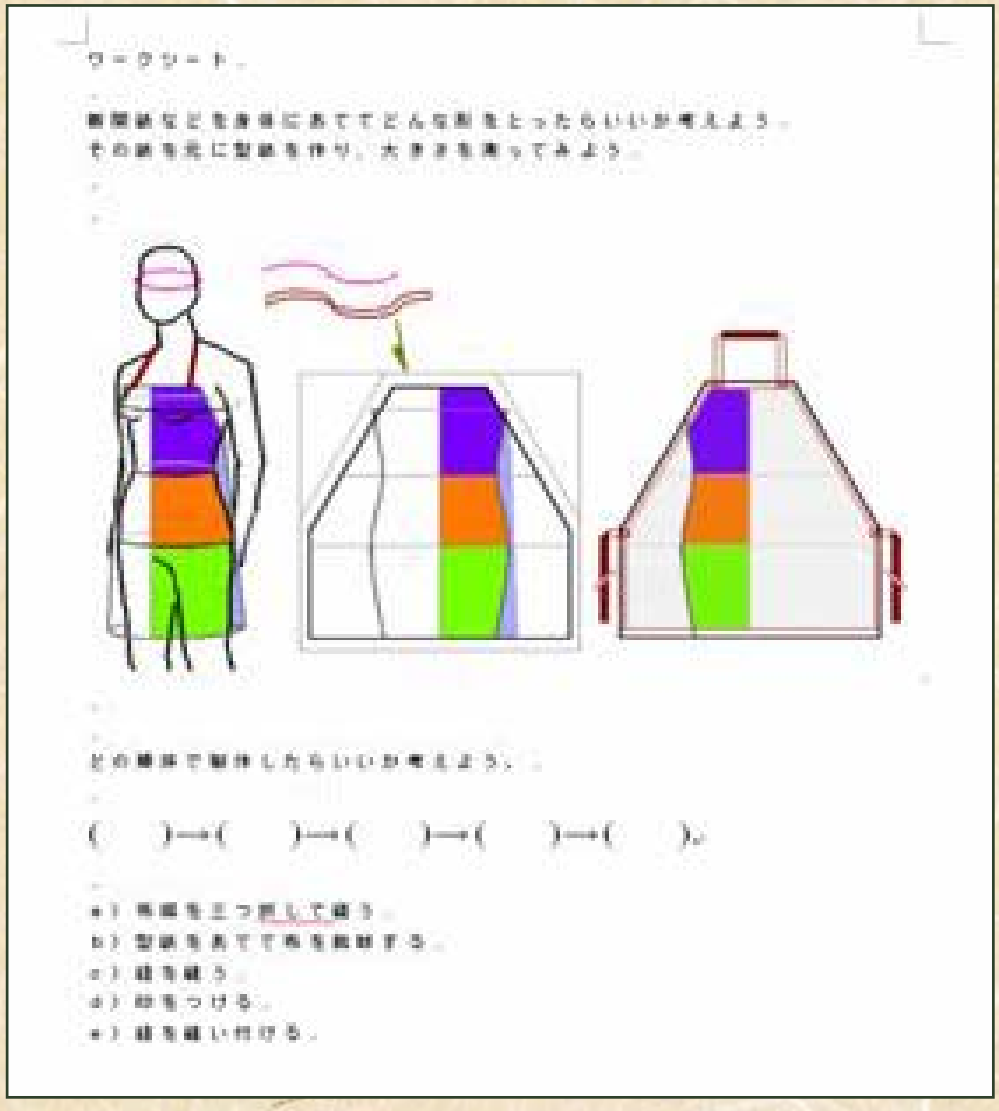
・布を裁つときの注意点

・縫う手順

3ページ　活動事例案

参加型学習

ワークシート案



ワークシート。

新聞紙などを身体にあててどんな形をとったらいいか考えよう。
その紙を元に型紙を作り、大きさを測ってみよう。

どの順序で製作したらいいか考えよう。

(　　)→(　　)→(　　)→(　　)→(　　)。

a) 布端を三つ折りして縫う。
b) 型紙をあてて布を裁断する。
c) 紐を縫う。
d) 帯をつける。
e) 紐を縫い付ける。

活動事例集(案)－3

乳児の離乳食ー食材選び

1ページ

目的

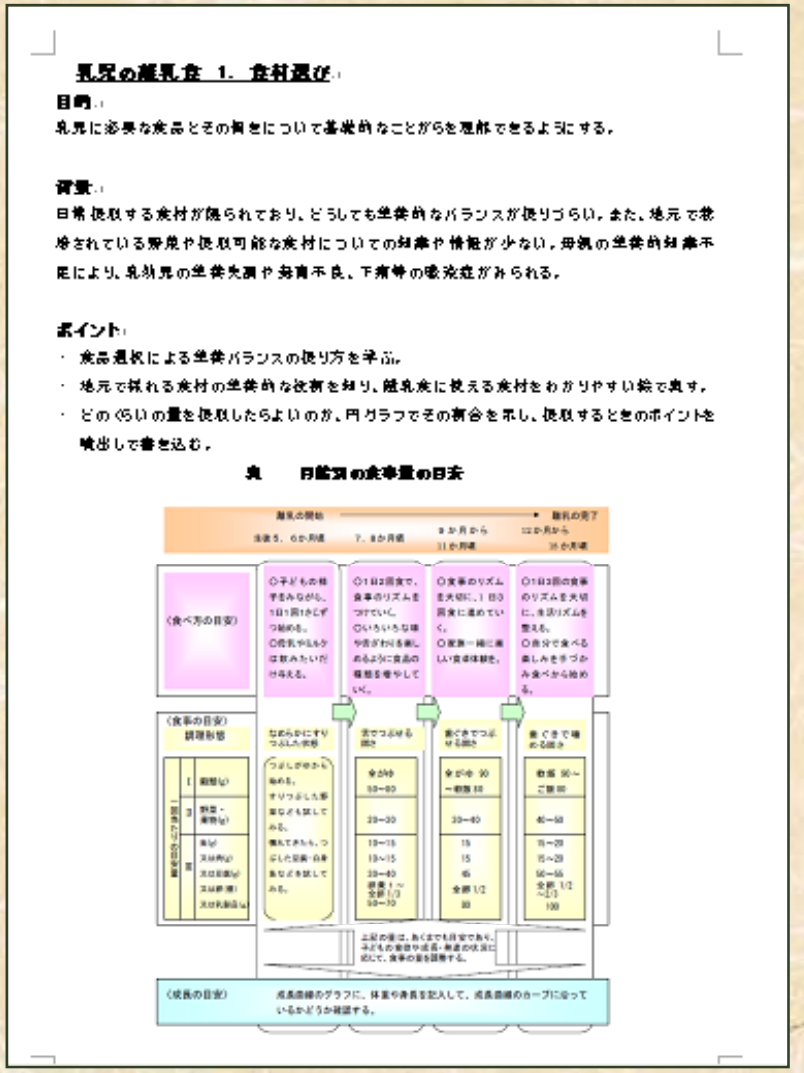
背景

ポイント

解説

2ページ

隊員報告書より



乳児の離乳食　1.　食材選び

目的

乳児に必要な食品とその調べについて基礎的なことがらを理解できるようにする。

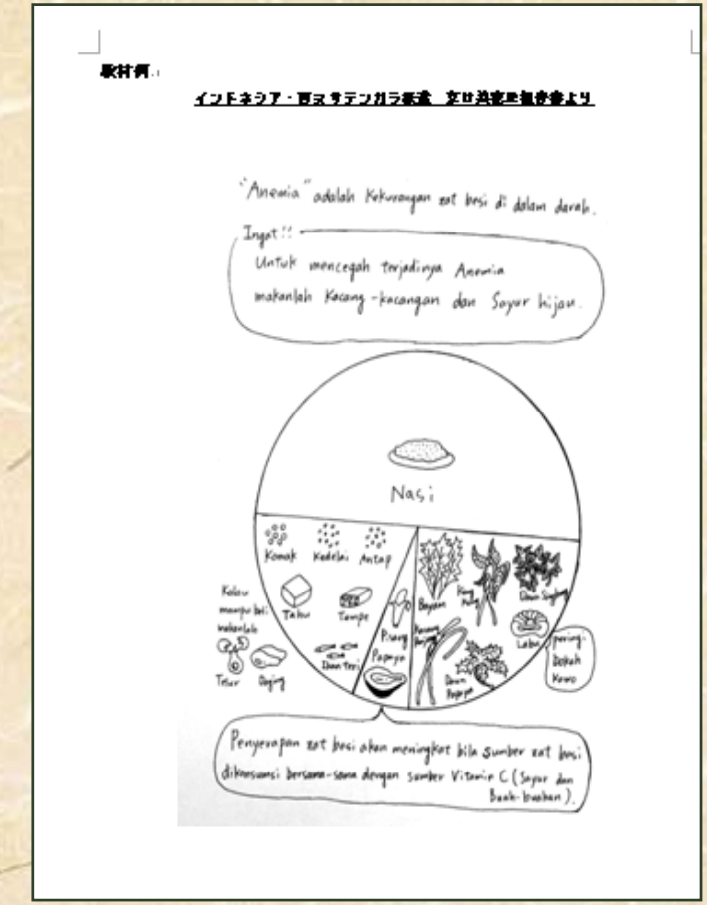
背景

日常提取する食材が限られており、どうしても栄養的なバランスが取りづらい。また、地元で栽培されている野菜や提取可能な食材についての知識や情報が少ない。母親の栄養的知識不足により、乳幼児の栄養失調や母育不良、下痢等の感染症がみられる。

ポイント

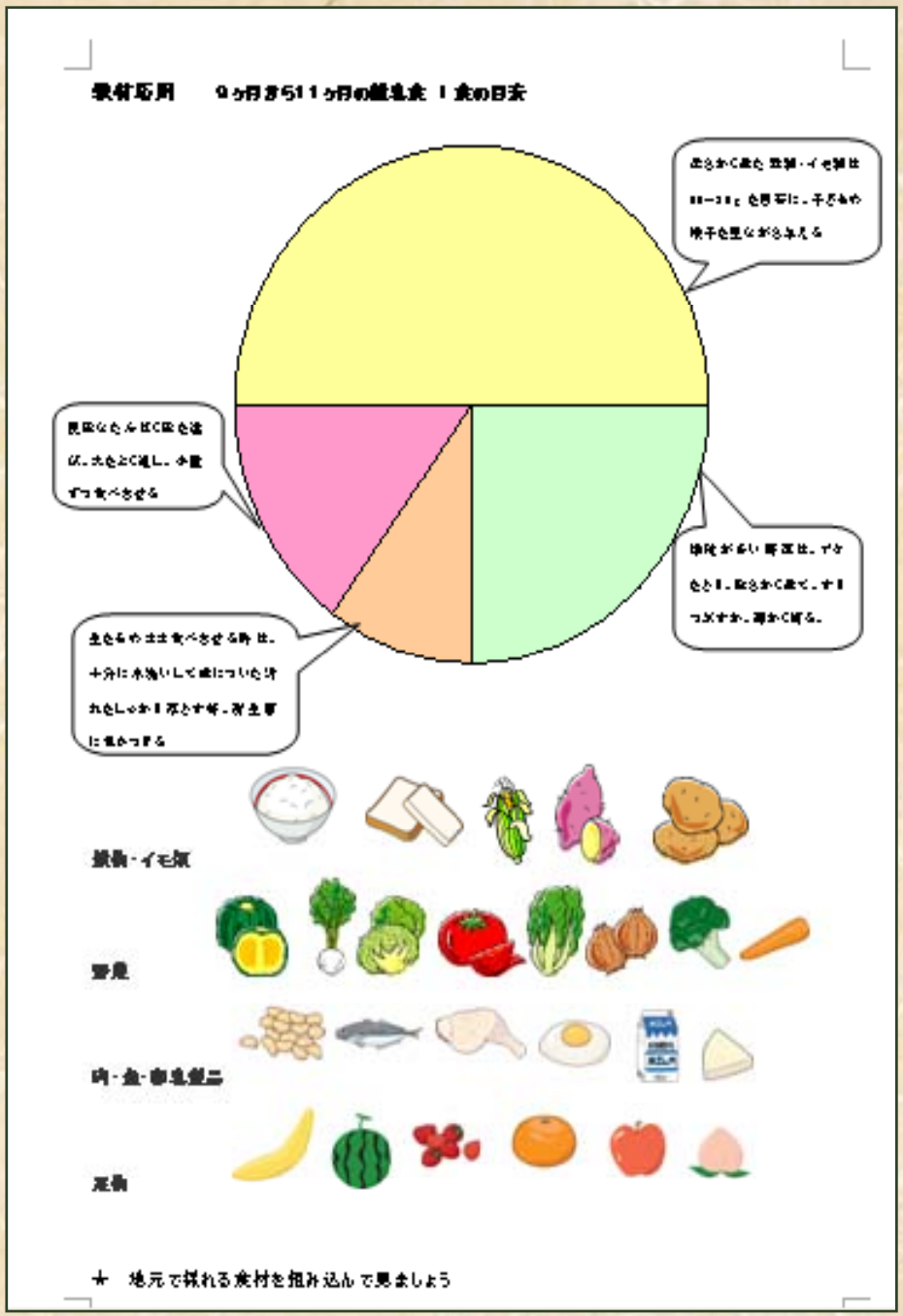
- 食品選択による栄養バランスの取り方を学ぶ。
- 地元で採れる食材の栄養的な役割を知り、離乳食に使える食材をわかりやすい絵で表す。
- どのくらいの量を提取したらよいのか、円グラフでその割合を示し、提取するときのポイントを喰出して書き込む。

表　　日能別の食事量の目安



3ページ　活動事例案

参加型学習
ワークシート案



活動事例集（案）－４

環境を考えた消費生活ーリサイクル

1ページ　目的　背景　ポイント　解説

目的

ピュア・ウォーターのビニールパックを再利用したエコ・バッグ等の製作を通し，ゴミ問題の知識と関心を深める。

背景

近年，途上国の各都市において，ゴミ問題が深刻化している。都市部のみならず，地方の村でも，従来あまりみられなかったビニール袋などの製品が日常的に使用・廃棄されるようになり，廃棄物の散乱やこれに伴う公衆衛生上及び環境上の諸問題が頻発化している。本事例でとりあげるガーナの村落では，食品の購入で頻繁に使用される薄いビニール袋やピュア・ウォーターの袋が道路や空き地に散乱・蓄積し，環境悪化を招いている。ゴミのポイ捨ては日常化しており，多くの家庭で煮炊行われる清掃も，家の中のごみを外に掃きだす作業となっている。生物資源由来のごみを中心として地域で歴史的に形成されてきた清掃型管理システムが，鉱物資源由来の新しい形態のごみに対応できなくなっている段階といえる。しかしながら，地域の住民に，こうした新しいごみ及びそれがもたらす地域環境の悪化に対する知識や関心は薄いのが現状である。

ポイント

・道路やまちで放置されているごみの存在や状態に気づく。
・日常生活で発生するごみの種類や性質，衛生・環境上の諸問題を理解する。
・代表的なポイ捨てごみの一つとして，ピュア・ウォーターのビニールパックをとりあげ，再利用したバッグや小物，便合羽などの製品を作成する。

解説

ピュア・ウォーターのビニールパック再利用品製作は，ガーナ派遣隊員が，本務とは別に外務をこえて自主活動している分科会から生まれたものである。年高の製作活動を行っている富川春子さんは，ＰＣインストラクターの派遣隊員（2007年４月－）である。

ピュア・ウォーターの会社は多数に及ぶため，メーカーによってパックの素材と性質が若干異なる。袋に貼り合わせの温度は，高温では溶けることがあるので，熱温から徐々に温度をあげて試す必要がある。

製作を通して，地域でおきているごみ問題の知識や関心を深めることができるよう，ワークショップや授業等の中で実施すると効果的である。また，子どもや住民が作成した製品の頒布方法や販売先等の開拓も地域の状況に応じて計画しておくとよい。

2ページ　活動事例案

教材例：ピュア・ウォーターのビニール・パックを再利用した製品の作成

1．ピュア・ウォーターのパック（年高右）を平面に切り広げる。

2．アイロンで接着しながら，バッグやエプロン等を作成する。

<製作例>

・ブックカバー
・トートバッグ
・ファスナーつきバッグ（ファスナーは手縫いでつける）
・エプロン
・ペンケース（片面を二重に貼り合わせて補強）
・ぬいぐるみ（鉱）・飛行隊・・・鉢を縫める

活動事例集（案）－５

調理の方法－加熱調理器具の種類　かまど

1ページ　目的　背景　ポイント　解説

目的

かまどの改良を行い機能を向上させる。

背景

途上国では，かまどの効率と衛生面についての知識が不足している。女性などの健康や家事労働の軽減にはかまどの質をが重要であるが，知識不足を解消するための事例としてとりあげた。

ポイント

・現地の材料で作成が可能なものを作る
・個別管理ができること，つまり個別が作るときに管理することが不可欠
・砂漠地域であれば日干で強度，その他の地域では河の強度を工夫したり，使用者自身が管理して楽しみながらつくれること

解説

日本式のかまどが，アフリカで「エンザロかまど」と呼ばれて普及されている。エンザロかまどは１度に四時に煮炊きできる効率の良いかまどとして，日本人により考案され，石を重ねて土台を作り，泥を塗り込んで日本式のかまどを作るもの。母親が料理中に赤ちゃんをねんねし，子どもがやけどすることもなくなり，調理時間も短くなるなどの効果が報告されている。

材料は現地で調達できるものが多く，土台は石・レンガなどを使用し，表面は泥やシロアリの巣，土とロバのフンをこねたものなどがあり，水などを混ぜて作る。日本ではわらなども練り込んでつくることがある。

構造は，屋外に煙突が設けられ，温度の高い煙は煙突から外へ，放射熱は調理器具の底を熱するようになっている形態が一般的で，工夫で鍋がのせられる構造が必要とされる。除材をねじったり，除えがすや灰を掃除するためのはも必要である。複数の鍋を同時に調理できると効率的である。

教材例：なし

2ページ　活動事例案

応用：

効率の悪いかまどの例（上：サモア，下：ガーナ）

作成のポイント

1）　炎を露出させず，ねんどなどで固って覆うこと
熱が逃げず，効率が上がり，家事労働の軽減と資源節約が可能になる。

2）　煙を屋外に排出することが望ましい（煙道・煙突の設置）
煙によって引き起こされる呼吸器の病気や視力障害，ねんぱ息などを防げる。また除やす火を何時間も見つめ続ける女性によく見られるのが視力障害である。薪を得るのに遠方まで歩く時間がかかり，重労働であるとともに，女性の健康もこれに起因することがある。そこで条件を改善するには，台所の煙を外に出す工夫が必要で，煙突をつけることが必要になる。